

Plato: Arroz con Tomate /Cubana

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Arroz					
Tomate Frito					
Ajo					
Aceite de Girasol					
Caldo					
Starlux					

Plato: Arroz Milanesa

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Arroz					
P. Verde					
Ajo					
Pechuga Pollo					
Magro de Cerdo					
Champiñón					
Aceitunas V.					
Guisantes					contiene
Aceite de Girasol					

Plato: Sopa de Cocido

Alérgenos

Gluten

Huevos

Pescados

Lácteos

Legumbres

		<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Fideos		Contiene				
Huesos Paleta						
Huesos Espinazo						
Gallina						
Morcillo						
Chorizo					contiene	
Panceta						
Morcilla						
Zanahoria						

Plato: Sopa de Ave/ Fideos /Letras

Alérgenos

Gluten

Huevos

Pescados

Lácteos

Legumbres

		<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Pasta		contiene				
Huesos Paleta						
Huesos Espinazo						
Gallinas						
Carcasas Pollo						
Cebolla						
Puerro						

Plato: Sopa Juliana / Verduras

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Cebolla					
Puerro					
Zanahoria					
Acelgas					
Repollo					
Harina	Contiene				
Pimentón					
Aceite de oliva					
Tomate Frito					

Plato: Sopa Castellana

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Carcasas Pollo					
Chorizo				contiene	
Jamón Serrano					
Ajo					
Pimentón					
Pan	contiene				
Huevo		contiene			
Aceite de Oliva					

Plato: Sopa de Pescado

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Fideos	contiene				
Calamar					
F. De Merluza					
Gambas					
Cebolla					
Huevo Cocido		contiene			
Pimentón					
Aceite de Oliva					
Harina					

Plato: Cocido Completo

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Morcillo					
Garbanzos					contiene
Chorizo				contiene	
Zanahoria					
Morcilla					
Tocino					
Panceta					
Gallina					
Puntas Jamón					
Hueso Espinazo					
Fideos	contiene				

Plato: Judías Blancas Estofadas

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Judías Blancas					contiene
Zanahoria					
Cebolla/Patata					
P. Verde					
Tomate Frito					
Pimentón					
Harina	contiene				
Huesos Espinazo					
Panceta					
Chorizo				contiene	
Codillo Jamón					
Aceite de oliva					

Plato: Judías en Fabada

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Judías Blancas					contiene
Zanahoria					
Cebolla /Patata					
P. Verde					
Harina	contiene				
Pimentón					
Tomate Frito					
Morcilla					
Panceta					
Chorizo				contiene	
Codillo Jamón					
Aceite de oliva					

Plato: Judías Pintas con Arroz

Alérgenos	Gluten	Huevos	Pescados	Lácteos	Legumbres
Judías Pintas					contiene
Zanahoria					
Patata					
P. Verde					
Cebolla					
Pimentón					
Harina	contiene				
Tomate Frito					
Arroz					
Chorizo				contiene	
Codillo Jamón					
Aceite de oliva					

Plato: Lentejas Estofadas / Riojana

Alérgenos	Gluten	Huevos	Pescados	Lácteos	Legumbres
Lentejas					contiene
Zanahoria					
Cebolla/Patata					
P. Verde					
Tomate Frito					
Pimentón					
Harina	contiene				
Huesos Espinazo					
Panceta					
Chorizo				contiene	
Codillo Jamón					
Aceite de oliva					

Plato: Garbanzos/ Puchero

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Garbanzos					contiene
Zanahoria					
Patata					
P. Verde /Ajo					
Cebolla					
Pimentón					
Harina	contiene				
Huesos Espinazo					
Magro Cerdo					
Chorizo				contiene	
Codillo Jamón					
Aceite de oliva					

Plato: Patatas Estofadas /Guisadas

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Patata					
Cebolla					
Zanahoria					
P. Verde					
Ajo					
Aguja Ternera					
Carcasas Pollo					
Puré de Patata					
Tomate Frito					
Starlux					

Plato: Espinacas a la Crema / Bechamel

Alérgenos	Gluten	Huevos	Pescados	Lácteos	Legumbres
Espinacas					
Pasas					
Huevo Cocido		contiene			
Beicon					
Harina	contiene				
Leche				contiene	
Aceite de oliva					

Plato: Guisantes en Salsita

Alérgenos	Gluten	Huevos	Pescados	Lácteos	Legumbres
Guisantes					contiene
Jamón Serrano					
Huevo Cocido		contiene			
Ajo					
Tomate Frito					
Vinagre					
Harina-2 flan	contiene				
Agua Cocción					
Aceite de Oliva					

Plato: Lombarda Asturiana

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Fs. Cáscara</u>
Lombarda					
Ajo					
Cebolla					
Manzana					
Almendras					contiene
Pasas					
Aceite de Oliva					

Plato: Menestra de Verdura

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Judías Verdes					
Guisantes					contiene
Zanahoria					
Acelgas					
Coliflor					
Champiñón					
Alcachofas					
Aceite de Oliva					
A veces Serrano					

Plato: Pastel de Verduras

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Calabacín						
Zanahoria						
Espinacas						
Coliflor						
Queso					contiene	
Leche					Contiene	
Harina		contiene				
Tomate Frito						
Aceite de oliva						

Plato: Pisto Manchego

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Cebolla						
P. Verde						
Calabacín						
Berenjena						
Tomate Frito						
Aceite de oliva						
Huevos(decorar)			contiene			

Plato: Repollo Rehogado /Salteado

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Repollo						
Patata						
Ajo						
Aceite de Oliva						
Pimentón						

Plato: Verduras Vinagreta

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Verdura						
Cebolla						
P. Verde						
Tomate Natural						
Aceite de Oliva						
Vinagre						
Agua						

Plato: Lasagna de Carne

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Lasagna	contiene				
Cebolla					
Carne Picada					
Manzana					
Huevo Cocido		contiene			
Espinacas					
Leche				contiene	
Harina	contiene				
Tomate Frito					
Aceite Girasol					
Nata					

Plato: Ensalada de Arroz/ Arroz Tres Delicias

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Arroz					
Paleta de York				contiene	
Guisantes					Contiene
Maíz					
Tortilla Francesa		contiene			
Zanahoria					
Aceitunas Negras					
Vinagre					
Aceite de Girasol					

Plato: Ensalada Campera

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Patata						
Huevo Cocido			contiene			
Atún en Aceite						
Tomate Natural						
Aceitunas Verdes						
Paleta de York					contiene	
Pepinillo						
Vinagre						
Aceite de Girasol						
Agua						
Pepinillos						

Plato: Ensalada de Pasta

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Caracolitos		Contiene				
Paleta de York					contiene	
Queso Evans					Contiene	
Salchichas					trazas	
Lechuga						
Huevo Cocido			contiene			
Mayonesa			contiene			
Kétchup						
Manzanas						

Plato: Bastoncitos de Pescado

Alérgenos	Gluten	Huevos	Pescados	Lácteos	Legumbres
Fte. De Merluza			contiene		
Harina	contiene				
Huevo		contiene			
Pan Rallado	contiene				
Aceite de Girasol					
Agua					

Plato: Pescadito Adobado

Alérgenos	Gluten	Huevos	Pescados	Lácteos	Legumbres
Fte. De Merluza			Contiene		
Harina	contiene				
Huevo		contiene		Contiene	
Ajo					
Pimentón					
Chumi-churri					
Vinagre					
Aceite de Oliva					

Plato: Hamburguesa / Bitoques de Ternera

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Hamburguesa	contiene	contiene			
Aceite girasol					

Plato: Albóndigas de Ternera

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Albóndigas					
Harina	contiene				
Cebolla					
Ajo					
Perejil					
Zanahoria					
Tomate Frito					
Aceite Girasol					

Plato: Magro en Salsa

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Magro de Cerdo						
Ajo						
Cebolla						
Tomate Frito						
Aceite Girasol						

Plato: Lomo Fresco/ Jamón de Cerdo/ Ternera Asada

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Lomo Fresco						
O Ternera						
O Jamón Cerdo						
Cebolla						
Puerro						
Ajo						
Zanahoria						
Vinagre						
Maicena						
Aceite de Girasol						

Plato: Pollo/ O Lomo a ala Manzana

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Pollo					
O Lomo					
Ajo					
Cebolla					
Zanahoria					
Manzana					
Harina	Contiene				
Aceite de Girasol					

Plato: Pollo/ o Lomo en Pepitoria

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosFruto Seco

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Fruto Seco</u>
Lomo o Pechuga					
Ajo					
Cebolla					
Perejil					
Almendras					contiene
Huevo Cocido					
Pan Frito					
Cúrcuma					
Harina	Contiene				
Aceite de Girasol					

Plato: Pollo/ o Lomo a la Riojana

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Pechuga o Lomo					
Ajo					
Cebolla					
P. Verde					
Tomate Frito					
Harina	contiene				
Aceite Girasol					
Caldo					
Pimiento morrón					

Plato: Escalope /Fte. Empanado/ Pechuga Empanada

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Lomo Fresco					
O Pechuga Pollo					
Harina	contiene				
Huevo		contiene			
Pan Rallado	contiene				
Aceite de Girasol					

COINYE**Contenidos de Alérgenos por Plato****Plato: San Jacobo****Alérgenos**GlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Paleta 11x11					contiene	
Queso Koll			contiene		contiene	
Harina		contiene				
Huevo			contiene			
Pan Rallado		contiene				
Aceite Girasol						

COINYE**Contenidos de Alérgenos por Plato****Plato: Marmitako****Alérgenos**GlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Patata						
Cebolla						
P. Verde						
Ajo						
Calamares				contiene		
Bonito fresco				contiene		
Pimentón						
Harina		contiene				
Fumé				contiene		

Plato: Croquetas - masa

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Aceite Girasol						
Harina		contiene				
Huevo cocido			contiene			
Jamón						
Leche					contiene	

Plato: Gazpacho

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Tomate Pera						
Lata tomate 0,8						
Ajo						
Pepino						
Cebolla						
P. Verde						
Pan		Contiene				
Agua						
Vinagre						
Aceite Oliva						
Sal						

Plato: Tarta de manzana - 2 grandes + 1 pequeña

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Manzana(decorar)					
Levadura					
Azúcar					
Yogur				contiene	
Yogur				contiene	
Harina	contiene				
Aceite oliva					
Aceite girasol					
Huevos		contiene			
Canela					
Maizena					
Cognac					

Plato: Torrijas y Almibar - 180 raciones

Alérgenos	<u>Gluten</u>	<u>Huevos</u>	<u>Pescados</u>	<u>Lácteos</u>	<u>Legumbres</u>
Barras pan	contiene				
Leche				contiene	
Azucar					
Huevos		contiene			
Aceite					
Almibar:					
Azucar					
Canela					
Limon y naranja					
Cognac					
Agua					

Plato: Guarniciones

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Lechuga						
Tomates						
Croquetas						
Patatas fritas. N						
Patatas fritas. F						
Arroz (1º turno)						
Arroz (2º turno)						
Empanadillas						
Puré Patata						
Margarina					contiene	
Leche					contiene	
Agua(basculante)						

Plato: Embutidos

AlérgenosGlutenHuevosPescadosLácteosLegumbres

Chorizo Guisar					contiene	
Chorizo Barra					contiene	
Quesos Barra			contiene		contiene	
Salchichas					trazas	
Pavo					trazas	
Jamón de York					trazas	
Chóped					trazas	
Paleta de York					contiene	
Mayonesa			contiene			
Hamburguesa		contiene	contiene			
Beicon						